

特集

東日本大震災の影響で電力が不足しています

電力消費 **マイナス 15%** を
達成して突発停電を防ぎましょう！

みんなでやれば
大きな力に

どうして節電が必要なの？

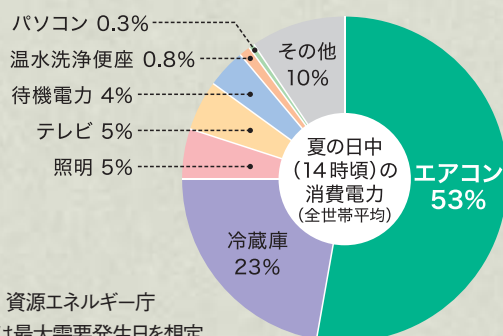
福島第一原子力発電所などの東京電力の発電所が3月11日の大地震・大津波によって被害を受けました。現在までのところ東電の電力供給力は完全には回復しておらず、この夏は、供給不足が想定されています。

そのような中、瞬間的であっても需要が供給を上回ると、想定外の大規模な突発停電が起こる可能性があります。

そこで、この電力不足に対応するため、市民の皆さんや事業者の皆さんの節電により需要を抑えることが必要になっています。

家庭でできる節電方法

夏の電力消費のピークは、暑さの厳しい昼間の時間帯です。ピーク時間の電力消費はエアコンと冷蔵庫が約4分の3と、大きな割合を占めます（下図）。



出典：資源エネルギー庁

※数値は最大需要発生日を想定

※端数処理の関係で合計は100になりません

●室温の目安は28℃に

約10%
削減

設定温度を2℃上げた場合

また、「すだれ」や「よしず」で日差しを和らげることで、冷房の消費電力を抑えられます。さらに、扇風機を併用し、健康上無理のない範囲でエアコンの使用を控えましょう。

●冷蔵庫の温度設定は「強」から「中」へ

約2%
削減

また、庫内は詰め込みすぎず、扉の開け閉めを短く、少なくしましょう。

●照明はこまめに消灯を

約5%
削減

日中は照明を消して、夜間も照明をできるだけ減らしましょう。

●待機電力もカット！

約2%
削減

リモコンの電源ではなく、本体の主電源から切りましょう。

長時間使用しない機器についてはコンセントからプラグを抜きましょう。

※削減率は資源エネルギー庁の推計（在宅世帯の日中の平均的消費電力に対する削減率の目安）

節電に関する問合せ 東京電力神奈川カスタマーセンター
(☎0120-99-5776)

次ページに関連記事 →

今月号の主な内容

- 特集 節電で突発停電を防ぎましょう
- 南下浦市民センター有料駐車場について
- 住宅リフォーム助成制度開始について

市役所の 節電への取り組み

職員全員参加で取り組む
「3つの行動」



行動1「三浦市・施設別節電行動計画」の作成

職員が一丸となり、市有施設における電力使用量の削減に向けた節電計画を作成しました。すべての施設で、前年同期の月間電力使用量の15%削減を目標にしています。施設ごとに目標達成に向けた検討を行い、各施設に「節電行動計画表」を掲示します。

行動2「必要の無い機器は電源を切る」の導入

使わないものは電源をオフ、待機電力を消費する機器はコンセントを抜く。あらゆる電気機器を見直し、小さな消費電力を集めて大きな節電をします。

行動3「ワークスタイルによる節電」の実施

ノー上着・ノーネクタイで執務する「夏のワーキングスタイル」を、今年度は期間を拡大し、5月6日（金）から10月31日（月）まで実施します。また6月1日（水）から一層の軽装となる「ポロシャツ」の着用を認めるなど、取り組みを強化しています。

問合せ 財産管理課（☎内線 251・252）



緊急時用ツイッターはじめました

市の防災に関する情報伝達手段である防災行政無線と防災メールを補完するため、ツイッターの運用をはじめました。

ツイート（掲載）は、原則として災害および停電時で防災メールによる情報発信を速やかに行えない場合の緊急情報に限りますが、ぜひご活用ください。

アカウント名：miura_bousai

※ツイッターとは、インターネット上の専用サイトに140文字以内の短い投稿文を掲載（ツイート）して、利用者がリアルタイムに情報を共有できるサービスです。

問合せ 危機管理課（☎内線 257）

京浜急行電鉄では 間引き運転が行われます

京浜急行電鉄では、節電の一環として、7月1日（金）～9月22日（木）12時～15時の間、久里浜線（三崎口駅～京急久里浜駅）などの路線で間引き運転が行われます。この期間のダイヤについては、下記へお問い合わせください。



問合せ 京急ご案内センター
（☎ 03-5789-8686）

南下浦市民センター有料時間貸し駐車場オープンのお知らせ

南下浦市民センターのアスファルト駐車場と広場を7月1日（金）から有料時間貸し駐車場としてオープンします。

施設利用者については、無料となります。なお、天候等の影響でオープン時期を延期する場合があります。

問合せ 南下浦市民センター公民館担当（☎ 888-0040）

施設予約がインターネットからできるようになります

7月1日（金）から次の施設で公共施設利用予約システムが利用できるようになります。

施設名

潮風アリーナ（☎ 889 - 0404）／ 三浦市体育館（☎ 889 - 0404）
南下浦市民センター（☎ 888 - 0040）／ 初声市民センター（☎ 888 - 1626）
三浦市三崎水産物地方卸売市場（☎ 882 - 1111 内線 334・335）



e-kanagawa 公共施設利用予約システム：

https://yoyaku.asp-e-kanagawa.lg.jp/karcof/reserve/gin_menu

※ご利用の際は利用者登録が必要になります。

※お問い合わせは各施設にお願いします。なお、三浦市体育館へのお問い合わせは、潮風アリーナへお願いします。

木造住宅耐震診断・改修工事補助事業のご案内

市では、木造住宅の耐震性を向上させ、災害に強いまちづくりを目的とした、耐震改修工事費等の補助を実施しております。

対象となる建物は、次の①～③の条件を全て満たしたものです。

- ①昭和 56 年 5 月 31 日以前に建築された建物
- ②2階建以下の在来工法の木造住宅
- ③建物を所有しかつ居住している方。

市で行っている簡易診断を既に受けている方は、一般診断から受けられます。

一般診断・補強設計・耐震補強工事の補助制度は単独では利用できません。必ず簡易診断から受けていただく必要があります。申し込みをされる前に、まず財産管理課にご相談ください。

なお、市では耐震診断や耐震補強工事などについて訪問、電話での戸別勧誘は一切行っておりません。

※下記住宅リフォーム助成制度と合わせて利用できます。

問合せ 財産管理課（☎内線 254・255）

8月から 住宅リフォーム助成制度を開始します

10万円以上のリフォームで
一律5万円

対象

- 市内の施工業者で行う10万円（消費税等を除く）以上の工事。
- 市内に在住で三浦市に住民登録か外国人登録をしている方。
- 市内に所有し、自ら居住している専用住宅、併用住宅およびマンション（賃貸は除く）。
- 住宅本体に係る機能維持・向上、住環境の向上のための修繕、模様替、増築等の工事。

対象となるリフォーム工事（例）

○耐震改修工事に伴うリフォーム ○既存住宅の増築 ○浴室、トイレ等の水周りのリフォーム ○屋根の葺き替え、塗装、防水工事 ○外壁の張替、塗装などのリフォーム ○床・壁・天井の張替、塗装などのリフォーム ○部屋の間仕切の撤去変更などの工事 ○畳、ふすま紙などの取替や張替 ○サッシ、玄関ドアなどの取替 ○雨どいの取替、補修 ○バリアフリー改修工事

対象とならないリフォーム工事（例）

○店舗、工場、事務所等のリフォーム ○門扉、フェンス、ブロック塀等の外構工事 ○車庫、物置、倉庫等の工事 ○樹木のせん定等の植栽工事 ○下水道、合併処理浄化槽工事 ○防犯ライト・カメラの設置工事 ○太陽光発電、太陽熱高度利用設備の設置工事 ○電話、インターネット、テレビアンテナの設置 ○エアコン、ガス・石油暖房器具などの家電設備

※他の助成・補助金制度を利用しているものは対象になりません。詳しくはお問い合わせください。

注意事項 ○交付決定前に着手した工事は対象になりません。必ず許可通知が届いてから工事を始めてください。

○平成24年3月31日までに工事が完了するものに限りです。

○同一の住宅に対して 1 回のみの助成になります。

○申請書は、市ホームページからダウンロードするか、市役所、南下浦・初声市民センターに置いてあります。

申込受付について

助成件数 50件（各期10件※）

助成金額 一律 5万円

※申請件数が10件を超えた場合は抽選となる場合があります。

	件数	受付期間 (土・日・祝日を除く)	受付場所	受付時間
1 期	10	8月 1日～ 8月10日	市役所分館 3 階 財産管理課	9時～12時 13時～16時
2 期	10	9月 1日～ 9月 9日		
3 期	10	10月 3日～10月11日		
4 期	10	12月 1日～12月 9日		
5 期	10	2月 1日～ 2月10日		

問合せ 財産管理課（☎内線 254・255）

津波から身を守ろう

もうすぐ、学校も夏休みを迎え、海に行く機会も多くなる季節になりました。

東日本大震災での津波被害を踏まえ、津波に対する意識を高め、いざというときに備えましょう。

グラッときたら海岸から離れ高台へ避難を

海岸にいるときに、「強い大きな揺れ」、「ゆっくりとした長い揺れ」を感じたとき、また、揺れを感じなくても「津波注意報・警報」が発表されたときは、直ちに海岸から離れ、高台に避難してください。

津波は繰り返し襲ってきますので、安全が確認されるまで、海岸に荷物を取りに戻ったり、様子を見に行ったりしないようにしましょう。

問合せ 危機管理課（☎内線 256～258）



住宅用火災警報器の設置が義務付けられました！

平成23年6月1日から、すべての住宅に住宅用火災警報器の設置が完全義務化になりました。みなさんのお宅に、住宅用火災警報器は設置されていますか？

まだ設置されていないお宅がありましたら、大切な「命」や「財産」を守るためにも早急に設置をお願いします。

また、「いざ」という時のために、住宅用火災警報器の適切な管理が重要です。日頃から点検とお手入れをしておきましょう。

手入れおよび点検等について

- ①住宅用火災警報器にホコリなどが付くと、火災を感知しにくくなりますので、乾いた布でふき取るようにしましょう。
- ②住宅用火災警報器本体から下がっている引きひもを引く、あるいはボタンを押すなどして作動点検をしましょう。
- ③住宅用火災警報器（電池交換式）には、電池が切れそうになった時は、音や光で知らせてくれる機能があります。忘れず電池交換をしましょう。

※電池寿命はメーカー、機種、設置環境によって異なりますが最新機種の多くは、電池寿命が10年（通常の使用状態）です。

④住宅用火災警報器本体も、センサー等の寿命により交換が必要になる場合があります。10年を目安にしてください。

※手入れおよび点検・電池交換・本体交換については各メーカー、機種等により異なる場合がありますので、取扱説明書でご確認をお願いします。

設置場所等の問合せ 消防本部予防課（☎ 882-0119）

テレフォンサービスをご利用ください

消防本部のテレフォンサービスで、火災を含む諸災害の情報を確認できます。

テレフォンサービス番号 ☎ 881-0119

音声メッセージが流れ、市内の災害時発生状況が確認できます。

問合せ 消防本部警備課（☎ 882-0119）

三浦市職員採用試験

市では、次のとおり職員採用試験を行います。

募集職種 一般行政職（事務・土木・建築・保健師）および消防職

第1次試験 9月18日（日）

受付期間 8月1日（月）～12日（金）

採用予定人数 各職とも若干名

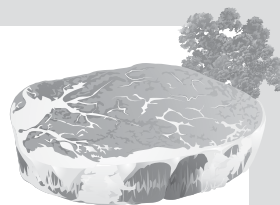
受験案内配布先 人事課、南下浦・初声両出張所、消防本部、消防署引橋・三崎両分署（市ホームページからのダウンロード可）

問合せ 人事課（☎内線 223・224、E-mail：gyouseikanri0101@city.miura.kanagawa.jp）

消防本部庶務課（☎内線 396、E-mail：syoubo0101@city.miura.kanagawa.jp）

食中毒に気をつけよう！

今年4月から5月にかけて焼肉店で発生した食中毒事件では、4人の方が亡くなられ、多くの重症者が発生したことは記憶に新しいところです。事業者の方はもとより、市民の皆様も次のことを守り、食中毒を防ぎましょう。



生肉を提供しない（食べない）

- 新鮮だから安全という認識は間違いです。
- ユッケ、レバ刺し、鶏刺しなどの生肉を提供しない（食べない）ようにしてください。

保存するときは温度に注意

- 保存するときは、冷蔵庫や冷凍庫に入れましょう。
- お肉のドリップ（肉汁）で他の食品を汚染しないよう、密閉できる容器等に入れて保存しましょう。

肉はしっかり焼く

- 肉の赤色がなくなるまでよく加熱してください。
- お肉を焼くときには、トングや肉専用の箸を使いましょう。

洗浄・消毒をする

- 生肉に触った後は、せっけんと流水でよく手を洗いましょう。
- 調理器具は、よく洗ってから消毒しましょう。

問合せ 三崎保健福祉事務所 生活衛生課（☎ 882-6811）

不用品(廃品)回収業者とのトラブルにご注意ください

全国的に、不用品(廃品)回収業者に関するトラブルが増えています。

昨年には、無許可で不用品(廃品)を回収し、高額な費用を請求していた業者が逮捕されました。家庭から排出される不用品(廃品)を業者が有料で回収する場合、法律で定められた許可が必要になります。

不用品(廃品)を処分するときは、ごみの分別表(「ごみと資源の分け方・出し方」)を参考に適正に処分するようにお願いします。

ごみ出しチェック!

○夏に向かって、「スイカ、メロン、トマト」など水分の多い食材が増える時期です。

生ごみの水切りが不完全だと焼却炉に悪い影響を与えるとともに、焼却費用の増加にもつながります。ぜひ、生ごみの水切り“徹底”にご協力ください。

○ごみ出しは、“必ず朝8時30分までに”出しましょう。

収集後にごみを出される方がいますが、取り残しの原因となり、周りの方に迷惑をかけることになりますので絶対に止めてください。

楽しい夏が 近づいてきました

夏は、海水浴、バーベキュー、キャンプなどが楽しい季節です。

でも楽しんだあとのごみは、放置しないで“必ず持ち帰って”ください。

また、持ち帰ったごみは“きちんと分別して”決められた日にしましょう。



ペットボトル、埋立ごみ、枝木・草葉類の収集日のお知らせ



区 分	三 崎 地 区	南下浦地区・初声地区
ペットボトル	6日、20日(第1、3水曜日)	13日、27日(第2、4水曜日)
埋立ごみ	14日、28日(第2、4木曜日)	12日、26日(第2、4火曜日)
枝木・草葉類	7日、21日(第1、3木曜日)	5日、19日(第1、3火曜日)

ごみを出す日を
間違えないよう
お願いします。

問合せ 廃棄物対策課(☎内線291・299)

第9回『力(ちから) だんご』大作戦

1『力だんご』作製

日 時 7月16日(土) 10時~12時(雨天決行)

場 所 二町谷污水处理場(二町谷埋立地内)

10時集合

2『力だんご』投入

日 時 7月30日(土) 10時~11時(雨天決行)

場 所 海外海岸(堤防脇駐車場) 10時集合

(投入場所: 海外海岸、白石海岸)

※いずれも申し込み不要。気軽に参加してください。

＜力だんご大作戦とは＞

ヘドロを減らす効果がある力だんご(微生物を混ぜた土団子)により、海をきれいにする環境活動です。

※当日「EM 活性液」を無料配布します。ご希望の方は500mlのペットボトルを持参してください。

問合せ 下水道課(☎内線263・266)

来てくれたお友だちには、すてきな参加賞をプレゼント!



ペットの糞尿はマナーを守って適切な処理を!

最近、犬、猫等のペットの糞尿(排泄物)の不始末による悪臭、散乱等で困っているとの苦情が市内各所から寄せられています。ペットが他人の土地等で糞尿(排泄物)をすることによるトラブルも発生していますので、他人に迷惑がかからないように、適切に処理してください。

「神奈川県動物の愛護及び管理に関する条例」には飼い主の遵守事項として「動物を訓練し、又は運動させるときは、公園、道路等公共の場所及び他人の土地、建物等を損壊し、又は汚物で汚さないこと」と定められ、ペットの糞の放置は条例違反となり、悪質な場合には罰則規定が適用されます。

糞尿(排泄物)害でお困りの場合: 市環境課または三崎保健福祉事務所生活衛生課までご相談ください。

飼い主の方: ペットの糞(排泄物)は、紙に包んで「ペットの糞」と目立つところに書いて一般ごみの収集日にごみステーションに出してください。

散歩の時は、糞を放置しないよう片付け用具(スコップ、ビニール袋等)を携帯してください。

問合せ 環境課(☎内線296)、三崎保健福祉事務所生活衛生課(☎882-6811、内線321・323)

来年度、小学校へ入学するお子さんがいるご家庭へ



平成24年度【平成24年4月1日】小学校へ入学するのは

平成17年4月2日から平成18年4月1日に生まれたお子さんです。

対象となるお子さんがいるご家庭に、8月中旬頃、【就学通知書】と【就学時健康診断の案内】（就学前に受けていただく健康診断についての案内）を郵送します。住民登録や住所変更をしていない場合は、早めに手続きを済ませてください。また、就学についてご相談等ある方は、学校教育課へご連絡ください。

問合せ 学校教育課（☎内線 409）

したうら塾 ～『作ってみよう・みてみよう』～

夏休みに三浦の良さを楽しみましょう。 会場：南下浦市民センター 対象：市内の小学4～6年生。

日 時	教 室 名	定 員	講 師	持 ち 物	材料費
8月1日（月） 9時30分～15時	縄文の首飾り ～勾玉づくり～	40人	神奈川県教育局 文化遺産課	筆記用具、タオル1枚、 雑巾2枚、弁当、水筒	400円
8月2日（火） 9時30分～13時	子供クッキング ～ドーナツづくり～	21人	永田 小夜子 氏	エプロン、三角巾、タオル、 筆記用具	400円
8月8日（月） 9時30分～13時	海辺の生き物を学ぶ ～三浦の磯の観察～	21人	南下浦小学校 辻 功 氏	筆記用具、タオル、帽子、 弁当、水筒、長靴	無 料
8月9日（火） 9時30分～11時	ガラス工芸 ～トンボ玉づくり～	14人	ガラス工芸館 キラリ職員	エプロン	800円
8月10日（水） 10時～11時	夏休み理科実験教室 ～サイエンスショー～ （親子で参加できます）	50人	初声中学校 教頭 益田 孝彦 氏	筆記用具	無 料

申込み・問合せ 7月15日（金）から直接または電話で南下浦市民センターへ（☎888-0040）

三浦市国際交流協会から会員募集のお知らせ

会員と新たに会員になる方を対象に、次の事業について募集をしています。ご興味のある方は、ぜひお申し込みください。

①英会話教室

対 象 中学校学習レベルの文法を理解している高校生
以上の方

講 師 アナベル・カッセン
（三浦市国際交流推進非常勤職員）

受講費 無料

定 員 25人（※申し込み多数の場合は抽選）

開催日時・会場 8月8日（月）、9月8日（木）、10月20日
（木）、11月17日（木）、12月22日（木）、2月2日（木）、
3月15日（木）（全7回）19時～20時30分

会 場 南下浦市民センター2階講義室（初回のみ講堂）

②料理教室

内 容 アメリカ人シェフを講師に迎え様々な国の料理を
作ります。

講 師 デリアス・ハービン氏

食材費 1回1,500円

定 員 20人（※申込多数の場合は抽選。英語力不問。）

開催日時・会場 8月29日（月）、10月31日（月）、12月
5日（月）、2月6日（月）（全4回）11時～15時

会 場 初声市民センター1階実習室

申込み

期 限 7月22日（金）（必着）

方 法 住所・氏名・電話番号を電話、またはE-mail
にてお知らせください。

①、②ともに、会員でない方は、受講決定後に三浦市
国際交流協会の会員登録が必要です。（年会費：個人
会員1,000円、学生会員500円、家族会員1,500円）
※受講決定の連絡は7月29日（金）までにご本人あて
に直接ご連絡いたします。

申込み・問合せ 三浦市国際交流協会事務局（三浦市
役所政策経営課内）（☎内線212、E-mail：kokusai@
city.miura.kanagawa.jp）

市民協働の未来を共に考えましょう 「今後のボランティア活動を考えるつどい」開催のお知らせです

日頃、ボランティア活動を行っている方や行ってみたいと思っている方、それぞれの立場で、これからの三浦市の市民活動について考えてみませんか。どなたでも参加できます。

日 程 7月23日(土) 13時30分～15時30分

会 場 三浦市総合福祉センター 3階 多目的ホール

対象者 ボランティア活動を行っている方、ボランティア活動に興味をお持ちの方

※本事業は、三浦市ボランティア連絡協議会、社会福祉協議会、三浦市が協働して実施します。

申込み・問合せ 7月21日(木) までに協働推進課

(☎内線 312、E-mail:shiminkyodo0101@city.miura.kanagawa.jp)



第31回 三浦海岸納涼まつり花火大会

夏本番の三浦海岸海水浴場で繰り広げられるこの花火大会は、今年で31回目を迎えます。約3,000発の花火が次々と打ち上げられ、海面を美しいイルミネーションで染め上げます。

水中花火の愛称「水中孔雀」^{くじやく}とスターマインの競演が一番の見どころで、砂浜に座ってゆっくり観賞できます。

日 時 8月3日(水) 19時30分～(雨天の場合8月4日(木)に順延)

場 所 三浦海岸 打上数 約3,000発

問合せ 商工観光課 (☎内線 324)

(社)三浦市観光協会 (☎ 888-0588)

◇花火大会への協賛について

今回より個人からの協賛金を受け付けています。1口1,000円。協賛希望者は下記参照のうえ受付窓口までお越しください。なお、7月8日(金)までに5口以上ご協賛いただいた方については大会プログラムにお名前を掲出させていただきます。

受付窓口 三浦商工会議所南下浦支所(南下浦出張所内)

受付日時 受付中～8月5日(金) 13時～17時(平日のみ)

問 合 せ 三浦商工会議所南下浦支所 (☎ 888-6010)

各種無料相談のご案内(8月)

種 別	日	時	会 場	問合せ先	相談担当者
法律相談	10日(水)	13:00～15:00	市役所分館市民相談室1	内線319	弁 護 士
	25日(木)		南下浦市民センター2階集会室		
	26日(金)	10:00～12:00	三浦市総合福祉センター	888-7347	
女性相談	18日(木)	10:00～15:00	市役所分館市民相談室2	内線313	女 性 相 談 員
人権相談	2日(火)	13:00～16:00	市役所分館市民相談室1	内線319	人 権 擁 護 委 員
行政相談	5日(金)	13:00～15:00	市役所分館市民相談室1	内線319	行 政 相 談 委 員
住まいの相談	11日(木)	14:00～16:00	市役所分館市民相談室2	内線319	建 築 士 建築大工技能士
犯罪被害者相談	19日(金)	9:00～12:00	市役所分館市民相談室1	内線311	専 門 相 談 員
登記測量相談	16日(火)	14:00～16:00	南下浦市民センター2階集会室	内線319	司 法 書 士 土地家屋調査士
成年後見相談	24日(水)	13:00～16:00	市役所分館市民相談室1	内線319	行 政 書 士
宅地建物相談	25日(木)	13:00～16:00	市役所分館市民相談室2	内線319	宅 地 建 物 相 談 員
高齢者出張職業相談	10日(水)・24日(水)	13:30～17:00 (受付終了16:30)	勤 労 市 民 セ ン タ ー	内線324	高 齢 者 職 業 相 談 員 ほ か
消費生活相談	毎週月・木(祝日は順延)	9:30～15:30	市役所分館市民相談室1	内線313	消 費 生 活 相 談 員
教育相談	月～金	9:00～16:00	教 育 相 談 室	881-3380	教 育 相 談 員
一般相談	(祝日を除く)	8:30～17:15	市 民 課 お 客 様 セ ン タ ー	内線319	担 当 職 員

※相談はいずれも無料で、シロ抜き相談は予約制(定員有)です。8月10日(水)・25日(木)の法律相談、女性相談、人権相談、住まいの相談、犯罪被害者相談、登記測量相談、宅地建物相談は7月8日(金)から予約を受け付けます。

市役所の電話・FAX
☎ 882-1111
FAX 882-1160

おしらせ

三浦市農業委員会委員選挙について

投票日 7月10日(日)

告示日 7月3日(日)

定数 16人

委員の選挙権および被選挙権 (1)当該農業委員会の区域に住所を有する者、(2)年齢が満20歳以上の者、(3)10アール以上の農地につき耕作の業務を営む者、(4)耕作の業務を営む者の同居の親族または、その配偶者で年間60日以上耕作に従事している者、(5)一定面積以上の農地について、耕作の業務を営む農業生産法人の組合員または社員で、年間おおむね60日以上耕作の業務に従事している者

問合せ 三浦市選挙管理委員会
(☎内線 436・438)

第34回みさき白秋まつり碑前祭

三浦三崎をこよなく愛した詩人、北原白秋。白秋は、城ヶ島を全国に紹介し、その足跡は今も人々の心に香り高く花開いています。

この偉大な功績を末永く顕彰し、在りし日の白秋を追慕します。

日時 7月10日(日) 10時～

場所 城ヶ島白秋詩碑前(雨天時は城ヶ島漁村センター)

問合せ 商工観光課(☎内線 322～324)

うらり10周年記念 うらり祭 第1弾イベント

<オリジナルギター作り>

段ボールと角材などを使用しオリジナルギターを作ります。作ったギターで南佳孝&クアトロ・ロコスコンサートに参加・演奏しましょう。

日時 8月6日(土)

1回目10時～12時、2回目14時～16時

場所 三浦市民ホール

講師 ヤマハ株式会社

定員 各30人

参加費 500円

対象者 小学生と保護者

申込み・問合せ (株)三浦海業公社
(☎ 881-6721)

*8月6日(土)にギター作り参加者は、当日ヤマハクルーザーの無料周遊体験にも参加できます。コンサートは9月24日(土)18時から三浦市民ホールで行います。コンサート参加は、小学生のみ。ギター作りのみ参加でも可。

海南神社夏祭りの行道(お練り)獅子(三浦市指定重要無形民俗文化財)

三崎・海南神社夏祭りの神輿渡御行列は、引き太鼓、猿田彦・風・雨の面が先導し、その後に、大きな2頭の獅子、山車、神輿、山車の順で行われます。1頭の獅子頭を4人で持ち、胴部となる布の部分を20～30人でつかみ、その後に1人が尾を持ち、木遣りに合わせ悪魔やわざわいを祓いながら練り歩きます。祭礼では、獅子の毛を抜いて手首や足首に巻いておくとその1年はご利益があります。病氣・不幸にあうことがないと言われています。海南神社の行道(お練り)獅子は、県内随一の規模であり、木遣りの受け応えによって行道することも他に類例がありません。

日時 7月16日(土)・17日(日)

場所 海南神社および三崎下町周辺

問合せ 生涯学習課(☎内線412)

『三浦菊名・あめや踊り』解説書の頒布について

生涯学習課にて県指定無形民俗文化財『菊名のあめや踊り』を記録し、カラー写真入りで分かりやすく解説した『三浦市民俗シリーズ15 三浦菊名・あめや踊り』の解説書を頒布しました。下記のとおり取り扱っています。

取扱場所 生涯学習課(青少年会館内)

内容 (1)大きさB6版(2)総頁数66頁 (①カラー写真8枚②モノクロ写真(絵図)3枚③図表2枚)

頒布価格 1冊700円

問合せ 生涯学習課(☎内線412)

夏休み親子やきもの教室～親子で創造のよろこびを動物のやきものをつくろう～

日時・内容 (全2回)

①7月24日(日) 9時30分～12時

作陶(動物をつくる)

②8月7日(日) 9時30分～12時

釉薬(動物の色つけ)

場所 初声市民センター

対象 三浦市在住の小学生とその親

定員 20組(先着順)

講師 角野 竹博 氏

受講料 600円(材料費)

持ち物 エプロン・タオル・ぞうきん・飲み物・筆記用具等

申込み・問合せ 7月8日(金)から電話または直接、初声市民センターへ(☎ 888-1626)

悪質な手口にご注意を!

①振り込め詐欺が増加傾向にあり、神奈川県は全国で2番目に多くなっています。電話でお金と言われても慌てて振り込まないようにしましょう。

②市内で強引な訪問商法が行われています。家に上がらせず、はっきりと断るようにしましょう。

問合せ 協働推進課(☎内線311)

7月は 固定資産税 国民健康保険税

の納期です。

市税や公金の納付には口座振替が便利です。

問合せ 税制課(☎内線245・249)

三浦市内共通商品券は 9月末までにご利用ください

「三浦市内共通商品券」は、協同組合三浦市商店街連合会での商品券事業の廃止に伴い、10月1日(土)以降、取扱加盟店での利用ができなくなる予定ですので、未使用の当該商品券をお持ちの方は、9月30日(金)までにご利用ください。

上記期限以降は「資金決済に関する法律」に基づき、払戻しの期間を設けますが、詳細は改めてご案内します。

問合せ 協同組合三浦市商店街連合会事務局(☎ 881-5111)

三崎保健福祉事務所の相談・検査

医師によるメンタルヘルス相談 7月11日(月)・15日(金)・8月5日(金)・19日(金)・9月2日(金)・12日(月)・16日(金)(全て午前)(予約制)

エイズ・肝炎ウイルス検査 7月25日(月)・8月22日(月)9時～10時30分(予約制)

申込み・問合せ 三崎保健福祉事務所保健予防課(☎ 882-6811)

東日本大震災に伴う労働問題についての緊急労務管理セミナー

東日本大震災の影響により、企業等の労務管理面においてもさまざまな課題が生じています。そこで、この度、今後の労務管理の参考にしていただくためセミナーを開催しますので、ぜひご参加ください。

日時 7月28日(木) 14時～17時10分(13時30分受付開始)

場所 神奈川県横須賀合同庁舎5階大会議室

対象者 県内の経営者、企業の人事労務担当者等50人程度(先着順)

参加料 無料

申込み 7月25日(月)までにファクスまたは電話
でお申し込みください。問合せ 神奈川県かながわ労働センター労
働福祉課 (☎ 045-633-6110 内線 2708、
FAX 045-633-5401)**県立職業技術校 10月生募集**対象 スキルを習得し就職する意欲のある方
募集コース ◎東部校 (かなテクカレッジ)
☎ 045-504-2810: チャレンジプロダクト、セ
レクトプロダクト、機械 CAD、溶接・板金、
ケアワーカー、給食調理、室内施工、ビル
設備管理◎平塚校 ☎ 0463-23-1922: 金
属加工、建築 CAD、庭園エクステリア施工
◎秦野校 ☎ 0463-81-0870: 機械 CAD ◎
小田原校 ☎ 0465-23-2275: ケアワーカー、
介護調理

選考日 8月28日(日)

申込み ハローワークでの事前手続を経て、
8月11日(木)までに各校へ※募集案内は、各校・ハローワーク等で配
布中募集説明会 ◎人材育成支援センター 7月
19日(火) ①13時30分～②15時30分～◎
プロミティあつぎビル大ホール 7月26日(火)
①13時30分～②15時30分～ ◎関内ホール小ホール 8月1日(月) ①13時30分
～②15時30分～問合せ 県産業人材課
(☎ 045-210-5715)**里親制度の相談**里親制度の普及・啓発のため、里親希
望者、制度に関心をお持ちの方からの相談
を受け付けます。

日時 7月25日(月) 10時～12時

場所 市役所本館 1 階ロビー

問合せ 鎌倉三浦地域児童相談所
(☎ 828-7050)**福祉のひろば****手話講習会のお知らせ**聴覚障害者協会主催による手話講習会を
開催します。対象 手話奉仕員養成講座・入門課程修
了者、または手話サークル経験1年以上の方
内容 「手話の基本文法・日常会話の基礎
コース」(全15回)☆手話で日常会話ができる事を目標にしてこ
の機会に学びませんか?日時 8月31日(水)～12月14日(水)の毎週水曜
日 19時～21時

場所 南下浦市民センター

受講料 4,470 円(テキスト代 1,470 円含む)
申込方法 往復ハガキに住所・氏名・電話
番号(ファクスの有無)受講理由を明記のうえ、
7月30日(土)までに 〒238-0101 南下浦町上
宮田 3183 杉山節子あてお申し込みください。
問合せ 福祉課障害福祉担当 (☎内線
361・362)**社会を明るくする運動**7月は、法務省主唱による「第61回社会
を明るくする運動」の強調月間です。「社会
を明るくする運動」は、犯罪の防止と罪を犯
した人たちの更生に理解を深め、犯罪のな
い明るい社会を築くことを目的とする運動で
す。三浦市においても、社会を明るくする運
動三浦地区実施委員会により、次のとおり
講演会とキャンペーンを実施します。

〔講演会〕

日時 7月15日(金) 14時～15時30分

場所 三浦合同庁舎 4 階会議室

講演 「薬物鑑定から見た乱用薬物の変遷
について」講師 藤田 進 氏 (神奈川県警察本部科
学捜査研究所所員)

〔街頭キャンペーン〕

日時・場所 7月16日(土)

心サービス介護タクシー病院へ・・・お買い物へ・・・
あなたのお出かけをサポートします!

- 車いす 2 台または
ストレッチャー 1 台対応
- ヘルパー 2 級取得者
が同乗します。

お気軽にお問い合わせください
TEL&FAX 046-889-3226 携帯 080-3695-6575
<http://heartservice.web.fc2.com>

(広 告)

湘南国際学院三浦校

★通信制高校サポート校★ 高卒資格取得徹底サポート!

- 出席日数や単位不足でお悩みの方
- 不登校の方、学力に自信のない方
- 高校転校希望の方、高校を中退した方
- 中学校を卒業する方、卒業した方
- 一人一人を卒業まで真剣にサポートします。
- 前籍校の在籍期間・取得単位を引き継ぎます。
- 単位制なので留年がありません。
- 大学・短大・専門学校への進学を目指します。
- 授業料は月謝制です。

◆お問合せ: 湘南国際学院三浦校
電話 046-888-3558★週3日、3年間で高卒資格を取得出来
るように徹底サポート致します!

★小・中学部フリースクール★

♪『自分の居場所』作りを応援します♪

子供たちに合った環境作りをご家庭と連絡を取りな
がら作っていき、学校復帰を目指してサポートしてい
きます。少人数制なので対人関係が苦手なお子さんで
も徐々に慣れていくことが出来ます。徐々に仲間達と
認め合い自分を生かし、最終的には自立出来る自信を
培って欲しいと考えています。

- ◆日程: 月・水・金
(週3回～1回まで選択可能)
- ◆時間: 午前10時～12時
- ◆お問合せ: 湘南国際学院三浦校
電話 046-888-3558
三浦海岸駅徒歩3分

(広 告)

どんなときも“笑顔”
やさしい“心”を大事にしています!**訪問介護ロード**●訪問介護サービス
(身体介護・生活援助)●介護保険外自主サービス
(買い物、通院、お出かけなどの
生活支援)心のこもった介護を
提供します。
お気軽にご相談下さい。

☎046-874-4601

(広 告)

サマージャンボ宝くじ1等・前後賞合わせて 2等も
3億円 1億円
1等/2億円 1等 前後賞/各5千万円**2000万サマーも同時発売!**

◆発売期間: 7月11日(月)～7月29日(金)

◆抽せん日: 8月9日(火)

(宝くじ売り場等に関するお問い合わせ) ☎03-3535-9085

この宝くじの収益金は、市町村の明るく住みよい
まちづくりに使われます。 (財)神奈川県市町村振興協会

(広 告)

14時～ 三崎公園付近
15時30分～ 三浦海岸わいわい市会場
問合せ 福祉課庶務担当 (☎内線 355)

介護保険

- 要介護認定の申請代行
- ケアプランの作成
- サービスの手配
- (更新・変更)各種手続き

※ケアマネジャーへの報酬は介護保険から支払われますので、ご利用者の自己負担はありません。お気軽にご相談ください。

☎046-882-5314

介護支援専門員 木村 武
介護支援専門員 小比類巻 節子
神奈川県指定居宅介護支援事業所 (1472700713)

キムラ介護支援サービス

〒238-0236 三浦市栄町20-44

(広告)

国土交通大臣登録講習機関

ボート免許
(かいふう)

海風

予約: 044-742-9144

www.kaifu-marine.com

ご予約は、電話、Webより!

小型船舶免許(ボート免許)更新講習

¥8,500 (総額)

失効再交付講習

¥14,500 (総額)

三浦市: 潮風アリーナ
横須賀市: 生涯学習センター
逗子市: 文化プラザ

5名以上にて、出張講習も実施!

(広告)

第1回メンタルヘルス市民講座のお知らせ

1日のおよそ3分の1を占める睡眠!

睡眠で、身体の疲れや心の疲れを癒していますか? 睡眠不足は身体に様々な影響を及ぼします。うつや契機になることもあります。眠りの仕組み・睡眠のとり方の工夫など学んでみませんか? 身体も心もスッキリと、快適な毎日を過ごしましょう!

日時 7月14日(木) 14時～16時

会場 三浦合同庁舎4階 衛生教育室

講師 本多 真 先生 (助東京都医学総合研究所精神行動医学研究分野 睡眠障害プロジェクトリーダー)

定員 100人

申込み・問合せ 三崎保健福祉事務所保健予防課 (☎882-6811) 福祉課障害福祉担当 (☎内線 361)

みんなのひろば

第11回南下浦中・初声中学校吹奏楽部合同演奏会

入場無料。上履きを持参してください。

日時 7月10日(日) 13時30分開場、14時開演

場所 上宮田小学校体育館

問合せ 上宮田小学校 (☎888-0053)

ジュニア・ライフセービング教室

海のクイズ、ビーチクリーン、ビーチフラッグス大会などを行います!

日時 7月24日(日)、31日(日)、8月7日(日)、14日(日) 11時～12時、小雨決行

場所 三浦海岸海水浴場 救護本部

対象 未就学児～小学生、毎回30人

参加方法 現地集合。参加費無料。

問合せ 三浦海岸サーフライフセービングクラブ上村 (☎090-1059-6702)

ひばりの会 夏のおはなし会

大型紙芝居、絵本、おはなしの世界へようこそ。

日時 7月22日(金) ①10時30分～11時30分 ②14時～15時

場所 ①初声市民センター ②南下浦市民センター

問合せ 脇坂 (☎881-2598)

手話サークルともしび会「公開講座」

ゲーム、手話コーラス等、楽しく手話を体験できます。初心者歓迎。無料。

日時 7月22日(金)・29日(金) 19時～20時40分

場所 青少年会館3階和室

問合せ 三浦市手話サークルともしび会 相澤 (☎882-4152)

第23回三浦市夏季バドミントン大会

一般男子・女子、シニア男子・女子、男女混合のダブルス5種目で開催。

日時 8月28日(日) 9時30分開会

申込締切 8月12日(金)

場所 潮風アリーナ (市総合体育館)

参加資格 三浦市バドミントン協会登録者

料金 1,500円 (中学生 1,000円)

申込み・問合せ 三浦市バドミントン協会 見原 (☎889-0570)

三浦市障がい児余暇支援「わいわいキャベツっ子」参加者大募集

長期休業中の障がい児の余暇支援として、三浦市の高校生を中心としたボランティア

と一緒に1日を過ごしませんか。

日時 8月7日(日)・28日(日) 10時～15時

場所 三浦市総合福祉センター

申込み・問合せ 武山養護学校連携支援部 芦澤 (☎856-9687)

三つ星野菜クラブNo.2 (秋冬編)

季節の野菜を種まきから手入れ、収穫までの農作業を体験します。

日時 9月3日(土)～1月21日(土)まで計5回 (申込締切 7月31日(日))

場所 YMCA 三浦ふれあいの村 農園

対象 家族・小グループ 50人

料金 5,000円 (2歳以下 1,000円)

申込み・問合せ YMCA 三浦ふれあいの村 (☎888-2100)

海遊キャンプ

シーカヤックやヨットの活動をととして海の安全や自然環境を学ぶ。

日時 9月17日(土) 10時～19日(月・祝)

15時 (申込締切 8月8日(月))

場所 YMCA 三浦ふれあいの村

対象 小学校3年生～中学生 55人

料金 10,000円

申込み・問合せ 県立YMCA 三浦ふれあいの村 (☎888-2100)

相模湾体験セーリング

クルーザーヨットでセーリング。ハーバーでバーベキューパーティーも!

対象 30人

日時 8月27日(土) 9時30分～15時

場所 三崎マリン油壺ヨットハーバー

料金 1人 1,000円 (18歳未満 500円)

申込締切 8月12日(金)必着

申込み・問合せ 三崎マリン株式会社 (☎882-6081)

赤十字水上安全法講習

事故の予防方法、自分自身を守る方法などを学びます。

料金 500円

日時 8月14日(日) 9時～17時30分

場所 防衛大学校

対象 満15歳以上 15人

申込み・問合せ 横須賀赤十字水上安全法普及会 山田 (☎824-1019)

湘南絵てがみ大賞絵てがみ作品募集

東日本大震災被災地に送る応援絵てがみ。ハガキ大(複数)。詳細下記まで。

締切 毎月20日

応募・問合せ 湘南絵てがみ大賞実行委員会事務局 (☎0466-50-5088)

7月上旬に介護保険料決定通知書兼納入通知書を発送します

○発送対象者について

本通知は65歳以上の方（第1号被保険者）に送付します。

○介護保険料の額について

介護保険料は、介護保険事業計画の見直しに応じて3年ごとに設定されます。平成23年度は第4期三浦市介護保険事業計画（平成21年度～平成23年度）に基づく額となっております。詳細については、通知書に同封されるパンフレットをご覧ください。

○介護保険料の納付について

介護保険料は、介護サービス費用に充てられる大切な財源となっています。介護が必要になった時に誰もが安心してサー

ビスを受けることができるよう、保険料の納付についてご協力をお願いします。

○保険料を納付しないと

災害等特別な事情がなく、保険料の滞納が続くと未納期間に応じて、給付が一時差し止めになったり、利用料の自己負担が通常1割のところ3割になることがあります。

※平成23年度分より介護保険料決定通知書兼納入通知書の様式が変更となりましたので、通知書が届きましたらご確認をお願いします。

問合せ 高齢介護課（☎内線 352・354）

要介護・要支援認定更新のお知らせ

要介護・要支援認定には有効期間が定められています。継続して認定を受ける場合には、更新が必要となります。認定の有効期間は介護保険被保険者証に記載してありますので、満了日の60日前から満了日までの間に更新申請を行うようお願いします。

問合せ 高齢介護課（☎内線 351・353）

後期高齢者医療制度に加入されているみなさんへ

7月中旬に、後期高齢者医療制度加入の方へ平成23年度保険料の決定通知書等をお送りします。

○対象の方は 平成23年6月中旬時点で75歳以上の方、または65歳以上75歳未満で一定の障害認定を受けた方です。それ以降に加入の方には8月以降順次発送します。

○保険料は 加入者ごとに計算され、被保険者全員が均等に負担する「均等割額」と、被保険者の前年所得に応じて負担する「所得割額」を合計した額となります。

保険料（年額） 限度額50万円	=	均等割額 39,260 円	+	所得割額 (前年の総所得金額等-33万円)×7.42%
--------------------	---	------------------	---	--------------------------------

※昨年度までに実施された保険料の軽減策は、今年度も引き続き実施されます。お送りする通知書等でご確認ください。

○保険料の納め方は 年金からの天引きとなる「特別徴収」、納付書または口座振替で納める「普通徴収」があります。詳しくは、通知書に同封するチラシをご覧ください。

○限度額適用・標準負担額減額認定証について 市民税非課税世帯の方には、申請により、入院時の食事療養費と医療費

特別徴収の方でも、次のお手続きにより 口座振替に変更できます。

お手続き方法

1. 指定の金融機関で口座振替依頼書を提出します。
2. 1の本人控え（コピー可）と納付方法変更申出書を保険年金課もしくは南下浦・初声出張所へ提出します。

※この手続きにより、口座振替で支払った方の社会保険料控除の額が増えることによって、世帯全体でみた場合の所得税や住民税の額が少なくなる場合があります。

の自己負担限度額が軽減される認定証が交付されます。現在、7月31日有効期限の証をお持ちの方には、新年度の所得等をもとに判定し、引き続き該当となった場合、7月下旬に新しい証をお送りします。再度、申請の必要はありません。詳しくはお問い合わせください。

問合せ 保険年金課（☎内線302～304）、神奈川県後期高齢者医療広域連合（☎0570-001120 または 045-440-6700）

国民年金保険料免除・納付猶予申請について

免除は、本人と配偶者、世帯主の所得に応じて審査する、全額免除・1/4納付・半額納付・3/4納付の4段階の免除制度があります。また、30歳未満の方には本人と配偶者の所得で審査する若年者納付猶予制度があります。

7月から平成23年度（平成23年7月～平成24年6月分）の国民年金保険料免除・納付猶予申請の受け付けを行います。保険料を納めることが困難な方で申請をされていない方は、保険年金課もしくは南下浦・初声出張所にて、お手続きができます。

また、7月末までは平成22年度（平成22年7月～平成23年6月分）の申請もできます。

継続申請をして全額免除・納付猶予に該当している方は新たに申請する必要はありません。

持ち物

- ①年金手帳 ②印鑑（朱肉をつけるもの）③平成23（22）年1月2日以降に転入の方は、平成23（22）年度所得証明書 ④失業を理由に申請される方は、雇用保険被保険者離職票、雇用保険受給資格者証、辞令等

※カッコ内の数字は、平成22年度分を申請する場合。

問合せ 保険年金課（☎内線302）



高校3年生、中学1年生対象!! ※一部、高校2年生対象 麻しん 風しん (MR) 混合ワクチン (はしか) 集団予防接種のお知らせ



麻しん・風しんを確実に予防するには、予防接種を2回受けることが必要です。
過去に1回接種を受けている人も必ず2回目の接種を受けましょう♪

費用：無料

日時：7月26日(火) 受付 13時 15分～14時 30分

場所：健康ぷらっと(三浦合同庁舎2階)

ご希望の方は、子育て支援課にお申し込みください。

定員 50人
※先着順

● 定期予防接種期間

平成23年4月1日～平成24年3月31日

期間内に指定する個別接種実施医療機関でも受けられます。この期間を過ぎると、接種料金は**全額自己負担**となります。

● 保護者の同伴がない場合には、予診票内に保護者の同意の記入が必要となります。

●すでに麻しんや風しんのどちらかにかかった方でも、麻しん・風しん混合ワクチンを接種することができます。

●麻しん・風しん両方にかかったことがある方、すでに接種された方は受ける必要はありません。

対 象

●高校3年生相当の年齢の方(第4期)

平成5年4月2日～平成6年4月1日生まれの方

●中学1年生相当の年齢の者(第3期)

平成10年4月2日～平成11年4月1日生まれの方

(4～5月にかけて市内4中学校で行った集団接種を受けた方は受けられません。)

麻しんは感染力が非常に強く、重症化することもある怖い病気です。また、風しんも妊娠早期にかかる、お腹の赤ちゃんに影響を及ぼすこともある病気です。



問合せ 子育て支援課(☎内線338・367)

高校2年生相当の年齢の方で、海外への修学旅行などで接種が必要な場合も、受けることができます。

麻しん風しん(MR) 第4期予防接種 (はしか) ～対象者追加のお知らせ～

修学旅行や学校行事としての研修旅行で海外に行くなど、特段の事情がある
高校2年生(平成6年4月2日～平成7年4月1日生まれ)が接種できるようになりました。

◆三浦市予防接種実施医療機関で修学旅行や学校行事としての研修旅行で海外に行くなど、特段の事情がある旨を医療機関に口頭で伝え接種を行ってください。



問合せ 子育て支援課(☎内線338・367)



日本脳炎の予防接種を 受けられる年齢が広がりました



平成17～21年度の間日本脳炎の予防接種の機会を逃した方の接種時期が緩和され平成7年6月1日～平成19年4月1日生まれの方は20歳未満の間、で予防接種ができるようになりました。【無料です】

日本脳炎 接種回数

1期初回	6日から28日の間隔で2回(標準年齢3歳)
1期追加	1期初回終了後におおむね1年後に1回(標準年齢4歳)
2期	9歳以上 1回(標準年齢9歳)

◆1期接種を一度も接種していない場合は、通常の実施方法に沿って接種を行ってください。

◆1期初回接種・1期追加接種が不十分な場合は、6日以上の間隔をおいて、残りの回数の接種を行ってください。

◆2期接種は、1期接種を終えたあと9歳以上で行ってください。

問合せ 子育て支援課(☎内線338・367)



三浦市民の健康づくりの場

問合せ 健康づくり課 ☎内線370~372

健康ぶらっと

健康づくり事業のお知らせ

歩っぽの会 ウォーキング講座(実践編) のお知らせ

日 時：8月24日(水) 9時30分~12時
場 所：市総合体育館(潮風アリーナ) 1階研修室
内 容：フォームのチェックを交えた室内ウォーキング他
持ち物：上履き・ハンドタオル・飲み物・筆記用具
対 象：三浦市民で64歳以下の方
定 員：30人 <申込締切>8月17日(水)
(定員になり次第締め切ります。早めにお申し込みください。)

今年の4月に行った講義で大変ご好評をいただいたウォーキング講座(基礎編)、8月は実践編を開催します。4月に来られた方はもちろん、今回初めての方も、ご予約をお待ちしています!

運動習慣のない方や運動を勧められている方、お待ちしております!

講師：フィジカルデザイン
サポート代表
戸井田 桂氏

雨の日でも
開催します!



※今回、参加者には足型判定を実施します。お楽しみに!!

子宮頸がん・乳がん検診クーポン券について

対象の方には、検診費用が無料となるクーポン券・検診手帳・お知らせを7月にお送りします。対象となる検診は子宮頸がん検診(20、25、30、35、40歳対象)、乳がん検診(40、45、50、55、60歳対象)です。対象年齢は平成23年4月1日時点です。クーポン券の有効期限間近になると、検診の予約が集中し、受診できなくなる場合があります。クーポン券が届きましたら、市の指定医療機関または市の集団検診でお早めに受診してください。またすでに費用を払って受診された場合は申請により費用をお返しします。詳細は送付する案内を確認してください。

歩っぽの会 (ウォーキングの会)・予約不要

【日 時】 7月20日(水) 9時30分集合
【集合・解散場所】 青少年会館 1階ホール
【コース】 諸磯・歌舞島コース
【対 象】 三浦市民で64歳以下の方
ショートコースを同時開催!ウォーキング初心者もどうぞ
※雨天中止です。当日、午前8時30分の天候で判断します。



ミニ健康デスネ 熱中症に注意

熱中症とは気温などの環境だけでなく、体調や暑さに対する慣れなどが影響して起こります。人間の体は暑い環境で運動や作業を始めてから3~4日経たないと体温調節が上手になってきません。気温がそれほど高くない日でも、湿度が高い、風が弱い環境で、体が暑さに慣れていない時は注意が必要です。

【熱中症予防】

- 日傘・帽子の使用 ●涼しい服装 ●規則正しい食事
- こまめな水分補給 ●日陰を利用 ●こまめな休憩

【症 状】

めまい・立ちくらみ・筋肉痛・汗が止まらない・頭痛・吐き気・体がだるい・意識がない・けいれん・呼びかけに反応が無い

【熱中症になってしまったら】

涼しい場所に避難させ、衣服を脱がせ体を冷やし、意識がある時は水分・塩分を補給します。意識がない時は、すぐに救急車を呼びましょう。

健康ぶらっと 健康相談日

《7月・8月の予定》

7月 8日(金) AM ☺
21日(木) AM

8月 2日(火) AM ☺
31日(水) PM ☺

27日(水) PM ☺

※南下浦市民センターにて実施

☆無料 ☆予約不要

【時間】

AM: 9時30分~11時30分
PM: 13時30分~15時30分

☺印の日は「お口の相談」コーナーがあります

【内容】★健康測定(体組成計、血圧、血管年齢、骨密度、一酸化炭素濃度など)

★健康診査や教室のご案内 ★健康に関する相談

【会場】健康ぶらっと(三浦合同庁舎2階)

※7月27日は出張健康相談のため、会場が異なります。

保健衛生委員活動日記

■平成23年度保健衛生委員委嘱式

5月30日(月)に三浦合同庁舎で委嘱式を行いました。継続委員84人に新委員47人を加え、131人の保健衛生委員が地域で活動します。

■第1回全体研修会

委嘱式終了後「保健衛生委員活動について」の話を聞き、健康づくり課職員と数名の委員による「殿様、危機一髪!」という劇を観賞し、生活習慣病予防について学びました。

■受動喫煙防止キャンペーン

翌5月31日(火)には、ボランティアとして「いなげや」と「三浦海岸駅前」で多くの方にチラシやグッズの配布をし、受動喫煙防止を呼びかけました。

保健衛生委員活動は、今後の活動日記でご報告していきます。



市民特派員リポート

未来に向かって Step up !

私がこの三浦市民特派員をやることになり、2年目となりました。昨年の3回は全て私の在籍している初声分校について書かせて頂きましたが、今回は少し視点を変え、将来の夢について書いてみることにしました。毎回特派員記事を取材にするのではなく、高校生の立場から見た、自分にとって身近で人生一度は必ず決める職業について、私事になってしまいましたが書くことにしました。今は就職難の時代と言われ、そして最近はいろいろな仕事の後継者不足が深刻になっていますが、そんな中、私は初声分校に入学して一つの夢を抱くようになりました。

三浦市に農家の娘として生まれ育ち、18年が経ちました。自然な成り行きで初声分校に入学して、早くも3年目です。昨年からは家で枝豆やピーマン、ナスなどの夏作野菜の栽培をするようになりました。初声分校に入学するまでは、母親が育てた野菜を収穫したり、畑仕事を時々手伝う程度でした。しかし、学校の農業実習でクラスメイトと一緒に野菜を育て収穫する体験の中で、自分達が一生懸命管理を育てた野菜を収穫した時の喜びと感動は、びっくりするほど大きなものでした。それは、家で1人で野菜を育て収穫するのはひと味違った不思議な感動でした。それがきっかけとなり、

今では私にとってひとつの趣味となった野菜の栽培。農業高校に入って、1人で地道に野菜を育てられるまでに自分が成長できたと感じています。

私の一番の趣味は実はお菓子作りなのですが、職業にするのはちょっと迷いがあります。英語が好きだから「国際関係の仕事?」と考えたこともありました。高校に入って、いろいろなことに興味をもちましたが、やはりお菓子作りと野菜の栽培が一番性に合っていると感じています。将来の職業については、まだいろいろと迷いもありますが、それも若者ゆえの特権ですよ。三浦に農家の娘として生まれ育ち、農業高校に進学し、家業である農家を継ぐ。それが、今の私の夢です。初声分校から、もっともっと三浦や神奈川の農業後継者が増えたらいいなあと私は思っています。

この頃は多忙であり家の仕事を手伝うことができないのですが、今年の夏からもっと家の仕事を手伝い、一人前の三浦の農業後継者を目標としてがんばっていきたいです。安心・安全で品質のよい野菜を生産する、活力ある農業の担い手になること。それが、私が今抱いている一番の夢です。

市民特派員 山田 美咲

図書館だより

図書館に、次の新しい本が入りました。

【図書館本館：青少年会館内】

いねむり先生（伊集院 静）、たまゆらに（山本一力）、泥のカネ（森功）、一期一会 一生の友だち（栗生 こそえ）、アンパンマンとアクビぼうや（やなせたかし）ほか

【南下浦分館：南下浦市民センター内】

原発のどこが危険か（桜井淳）、スパイクス（あさの あつこ）、5000 人の話し方を変えた!話し方の新習慣 77（野村絵里奈）、おしゃべりケーキ物語（上

野貴子）、知識ゼロからの書道入門（武田双雲）ほか

【初声分館：初声市民センター内】

スーサ（あさのあつこ）、箱庭図書館（乙一）、ある小さなスズメの記録（クレア キップス）、苦しまない練習（小池龍之介）、一ねんせいになったら（まどみちお）ほか

【休館日】

7月は、4日・11日・18日・19日・25日・31日です。
8月は、1日・8日・15日・22日・29日・31日です。

問合せ 図書館（☎内線 415）

7月、8月上旬の三浦市民ホールの催事（株）三浦海業公社（☎ 881-6721）

日	曜日	開演時間 (開場時間)	催 事 (内容)	入 場 方 法	問 合 せ 先
7/3	日	9:30 (9:00)	チャリティー歌謡コンサート ゲスト 花咲ゆき美 (日本クラウン)	全席自由 一律 3,000 円	カラオケ芳加 ☎ 888-8070 (梅田)
7/16	土	13:30 (13:00)	上原中学校吹奏楽部演奏会 かみはらコンサート	入場無料	三浦市立上原中学校 ☎ 881-5243
8/6	土	① 10:00 ② 14:00	うらり10周年記念 うらり祭 第1弾イベント オリジナルギター作り	500 円	(株)三浦海業公社 ☎ 881-6721

7月の休館日 4日、11日、19日、25日 8月の休館日 1日、8日、17日、22日、29日

※時間、内容などが変更になる場合があります。詳細はそれぞれの主催者へ直接お問い合わせください。

※お願い 駐車場が少ないので、来館の際には、なるべく電車・バスをご利用ください。

三浦市立病院

三浦市立病院に赴任しました

眼科医師 いいの まり
飯野 真理



アイマスクをしてみると、今まで見えていたものが、真っ暗になり、聴覚、嗅覚、触角が敏感になるといいます。触ったものの臭い、音を想像して周囲の状況判断をしなければなくなると、今まで視覚から得ていた情報の多さを実感することになります。視覚で得る情報量は、五感のなかでも 80% 強を占めるといわれています。

眼科の診療の中で実感させられるのが視覚の機能の低下による不安の大き

さです。眼鏡があわないということだけでも生活に支障がでることもあります。眼の疾患よっての治療法の選択や、日常生活上の改善の方法などご相談いただけるように、眼科に通院いただく患者さんに少しでも不安^{ふしよく}いただけるような診療をしていけたらと思っております。

また眼科の診療は機械に頼るところが大きく、通院が困難な方には診断や治療の継続ができずに過ごされることがあります。

今回、三浦市立病院に赴任させていただいて、眼科の訪問診療という機会をいただき、全く同じようにというわけにはいかないかもしれませんが外来通院に近い形で診療できるよう、精進していきたいと思います。よろしく願いいたします。

介護予防サポーターの募集について

高齢介護課では、65歳以上の方の「健康づくりと介護予防」を応援してくださる『介護予防サポーター』を募集しています。

介護予防のための教室やイベント参加時に、サポーターとしてお手伝いしてみませんか？

高齢者の方が、いつまでも住み慣れた三浦で元気で過ごせるよう、地域でつながり、支え合いましょう!

募集中！

対象者 64歳以下の市民で、下記の研修に参加できる方（要予約、先着10人）

研修会日時・場所 8月25日(木) 14時～16時 三浦合同庁舎2階 健康ぷらっと

活動内容 介護予防教室の運営補助、イベント参加時の補助、介護予防に関する研修への参加等

申込方法 お電話にてお申し込みください。(8月18日(木) 締め切り)

*研修修了後、登録していただきます。登録者には、随時、お手伝いをお願いする予定です。

申込み・問合せ 高齢介護課 (☎内線363・364)



JULY

7月の救急当番医院

(7月1日~8月10日分)

区 分		診 療 科 目 と 当 番 医 院		三浦市立病院 882-2111	
市 内 の 医 療 機 関					
診療時間		18 時～ 21 時 30 分		内科系・外科系	
診療科目		内 科 系			
月 曜 日	7月 4日	せりかわ内科クリニック	887-1666	中江整形外科 888-3555	
	7月11日	せりかわ内科クリニック	887-1666		
	7月25日	矢島内科医院	881-2467		
	8月 1日	せりかわ内科クリニック	887-1666		
	8月 8日	せりかわ内科クリニック	887-1666		
火 曜 日	内科系・外科系 三 浦 診 療 所 889-3388			月～金曜日 17 時～翌朝 8 時 30 分	
水 曜 日	内科系 田中内科医院 881-4678 外科系 飯島医院 881-5265				
木 曜 日	7月 7日	内科系・外科系	徳山診療所 888-5115		
	7月14日	内科系・外科系	塩崎産婦人科 889-1103		
	7月21日	内科系・外科系	徳山診療所 888-5115		
	7月28日	内科系・外科系	塩崎産婦人科 889-1103		
	8月 4日	内科系・外科系	徳山診療所 888-5115		
金 曜 日	内科系・外科系 三 浦 中 央 医 院 888-5010				
土 曜 日 日・祝日					8 時 30 分～ 翌朝 8 時 30 分
区 分		小児科系			
平 日	横須賀市救急医療センター		20 時～ 24 時		
土 曜 日	824-3001		17 時～ 24 時		
日・祝日	(救急医療センターの診療時間です)		8 時～ 24 時		
備 考		※三浦市立病院では、小児救急は対応しておりません。横須賀市救急医療センターをご利用ください。 問合せ 市立病院 (☎ 882-2111)			

変更になる場合がありますので、出かける前には必ず
消防署 (☎ 882-0119、FAX 881-0846)
または当番医院に問い合わせてください。



編 集 港 記

出番待ち、夏にはいろいろありますね。冷やし中華、カキ氷などなど。まずは団扇^{うちわ}でクールビズ(I)。(今月号から編集後記を設置し、港町三浦らしく、編集「港」記と名付けました)

(広告)

(広告)

(広告)

我が家のアイドル



募集中

「我が家のアイドル」

にお子さんを載せませんか。(ただし申込み時に3歳以下に限定)

掲載については、ご相談ください。

問合せ 協働推進課 (☎内線315)



きくち かなた
菊地 奏太くん

平成22年7月19日生

母 千夏さん 父 剛さん

「なんでもよく食べる元気な子です。
かしこく なかよく たくましく
育ってくださいね。」

(株)神奈川住宅

不動産売買・賃貸借・仲介・管理

物件情報満載!

地域密着の当社へ
ご相談下さい。

TEL.046-881-0252

(油壺入口) 創業30年
三浦市三崎町六合303-7

<http://www.kanagawajutaku.jp>

KUMON

◆「夏の特別学習」受付中!!◆

三浦市の公公式教室

岬陽町教室 下宮田教室 初声町教室

三浦中央教室 上宮田西教室 三浦ハイツ教室

公公式は幼児さんでも学習できます。

下記フリーダイヤルにお問い合わせください。

0120-128-991

日本公文教育研究会
横浜南事務局



Miura Kanko
TEL 046-888-3821
MK (株)三浦観光バス

墓石も区画も多彩なラインナップ!

海の見える公園墓地

三浦霊園

0.8m²より

全て込みの
セット価格

(土地+墓石一式)

98.4 (税込)
万円

※年間管理料は別途かかります。

お問い合わせは 財団法人 光明会

0120-403-012

三浦市南下浦町金田1299

※写真は現地を撮影したものにCG加工を施しております。

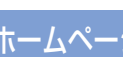
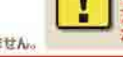
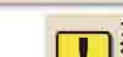
感動を生む。新しいつながり。
The Entertainment Company **J:COM**

J:COMの回線で
テレビを見ていれば
2015年3月まで
2台目・3台目を含む
すべてのアナログテレビで
地上波放送がご覧いただけます

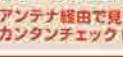
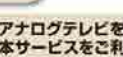
※2011年7月24日から2015年3月末日までの期間一部ご利用いただけないテレビがあります。
※デジアナ変換では、双方向サービスやハイビジョン放送などのデジタルサービスはご利用できません。



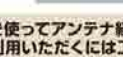
地上デジタル波



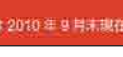
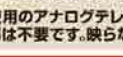
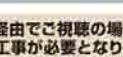
J:COMの回線



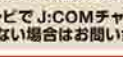
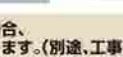
J:COMの回線



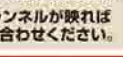
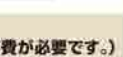
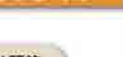
J:COMの回線



J:COMの回線



J:COMの回線



インターネット・ケータイから検索!

jcom

検索

www.jcom.co.jp



0120-989-989

※電話番号をお間違いないようご注意ください。
※J:COM TVのご利用 契約には設置工事(有料)および月額基本料金が必須です。※ご住所や建物によってはご利用頂けない場合があります。※記載内容は2010年9月現在のものです。